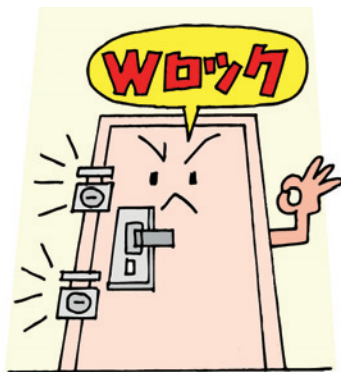
知っておきたい 消費生活情報

家庭用健康器具の使用法

季節もいよいよ秋、スポーツに適した季節となりました。適度な運動は健康のために大切です。手段としては、自宅で手軽に運動できる家庭用健康器具を利用する方法がありますが、使用には注意も必要です。

健康器具は体に負荷をかけるため、持病がある方などは逆に悪化することがあります。自分の健康状態で使用できるか、販売店などに確認しましょう。

無理な運動量や間違った使用は、けがにつながります。取扱説明書をよく読み、その日の体調に合わせた無理のない運動量にしましょう。運動前後にはストレッチなどで体をほぐすことも大切です。体に異常を感じたら、すぐ使用を中止しましょう。

【問】経済振興課　☎(28)9148

秋の安全なまちづくり県民運動

10月11日(木)～20日(土)に「秋の安全なまちづくり県民運動」が行われます。

多発している空き巣・忍び込みなどの侵入盗や自転車盗・車上狙いなどを防ぐためには、「鍵掛け」が重要なポイントです。

▽短時間の外出や在宅中でも必ず鍵を掛け、窓やドアなどは「ツーロック」にする
▽車から離れるときは、短時間でも鍵を掛け、車内にかばんなどを置かない
▽自転車は、丈夫なワイヤー錠などを使って「ツーロック」にする

自宅で行う防犯対策には、市の補助制度が利用できます。詳しくは、お尋ねいただくか、市ホームページでご確認ください。

市内の犯罪・事故（7月末現在）

“毎月26日はツーロックの日”

街頭犯罪

区分	件数	区分	件数
侵入盗	323(▲ 82)	自動車盗	76(▲ 63)
ひったくり	8(＋ 3)	部品狙い	296(＋ 74)
強盗	9(± 0)	車上狙い	344(▲ 56)
恐喝	4(▲ 4)	自転車盗	503(＋ 54)
自販機狙い	182(＋152)	オートバイ盗	64(▲ 32)

交通事故

区分	件数	人数
死亡	4(▲ 2)	4(▲ 2)
重傷	30(▲ 17)	30(▲ 19)
軽傷	1,412(▲ 40)	1,756(▲ 58)
計	1,446(▲ 59)	1,790(▲ 79)

( )内は前年対比

【問】地域ふれあい課　☎(28)8955

10月の無料相談

電話番号がない相談は直接会場へ

分野	相談名	日時	相談電話・会場
生活・市政	市民総合	月～金曜日　9：00～17：00 （金曜日の午後と８日を除く）	思いやり会館３階 ☎(73)4363
生活・市政	行　政	３日(水)　10：00～12：00 **特設相談所** 17日(水) 13：00～16：00	思いやり会館３階 ☎(73)4363
生活・市政	行　政	**総合相談** 10日(水) 13：00～15：00	尾西庁舎東館４階
生活・市政	多重債務	月～金曜日　9：00～12：00 （８日を除く）	一宮庁舎西分庁舎１階 相談室☎(28)8984
生活・市政	司法書士の多重債務	７日(日)　13：00～16：00	スポーツ文化センター ☎080(3620)7654
生活・市政	消費生活	月～金曜日　9：00～16：30 （８日を除く）	一宮庁舎西分庁舎１階 相談室☎(71)2185
生活・市政	交通事故	月～金曜日　9：00～17：15 （８日を除く）	尾張県民生活プラザ ☎(71)5900(代表)
生活・市政	人　権	10日(水)　13：00～16：00	思いやり会館３階 尾西庁舎東館４階
生活・市政	心配ごと	火・金曜日　13：00～16：00 （２・16日を除く）	思いやり会館３階
生活・市政	心配ごと	水曜日　13：00～15：00	尾西庁舎東館４階
生活・市政	行政書士の許認可手続	18日(木)　13：00～16：00	思いやり会館３階
仕事	労　働	月～金曜日　9：00～17：30 （８日を除く）	県一宮労働コーナー ☎(81)6103
仕事	労　働	火曜日　13：00～16：00 <予約制 ☎(71)5900(代表)>	尾張県民生活プラザ
仕事	内　職	木曜日　10：00～15：00	思いやり会館３階 ☎(72)5052
仕事	内　職	火曜日　10：00～15：00	尾西庁舎東館４階 ☎(63)4800
女性	女性職業適性	27日(土)　9：00～16：00 <予約制 ☎(73)9100>	ききょう会館
女性	母子・寡婦就業	10日(水)・26日(金)　10：00～16：00	一宮庁舎１階子育て支援課 ☎(28)9133
女性	女性悩みごと	月～金曜日　10：00～16：30 （８日を除く）	一宮庁舎１階子育て支援課 ☎(28)9149

分野	相談名	日時	相談電話・会場
青少年	子ども・若者	火～土曜日　9：00～18：00 （９日を除く）	青少年センター ☎(73)3000
福祉	ひとり親家庭	月～金曜日　10：00～16：30 （８日を除く）	一宮庁舎１階子育て支援課 ☎(28)9133
福祉	ひとり親家庭	火曜日　10：00～12：00	思いやり会館２階 ☎(71)6551
福祉	ひとり親家庭	月・金曜日　10：00～16：30 （８日を除く）	尾西庁舎東館１階 窓口課☎(28)8655
福祉	ひとり親家庭	17日(水)　13：00～16：30	木曽川庁舎１階 相談室
福祉	高齢者	月～金曜日　9：00～17：00 （８日を除く）	地域包括支援センター やすらぎ☎(61)3350 コムネックスみづほ ☎(86)5333 アウン☎(51)1384 ちあき☎(81)1711 萩の里☎(67)3633 泰玄会☎(61)8273
福祉	障害者生活・サービス利用	月～金曜日　9：00～17：00 （８日を除く）	障害者相談支援センター あすか☎(81)7260 ゆんたく☎(64)5882 いまいせ☎(45)1120 ピース☎(46)5009 夢うさぎ☎(86)4003 いちのみや☎(62)8678
福祉	心の病気・悩み、ひきこもり	月～金曜日　9：00～16：30 （８日を除く）	県一宮保健所 ☎(72)0321
不動産・建設	不動産取引と悩みごと	15日(月)　13：00～16：00	思いやり会館３階
不動産・建設	不動産取引と悩みごと	17日(水)　13：00～16：00	尾西庁舎東館４階
不動産・建設	登　記	25日(木)　13：00～16：00	思いやり会館３階
不動産・建設	登　記	17日(水)　13：00～15：00	尾西庁舎東館４階
不動産・建設	建築・地震	９日(火)　13：00～16：00	思いやり会館３階

11月の法律相談（予約制）

日時	予約電話・会場	申し込み
２日(金)・９日(金)・16日(金)・26日(月) 13：00～16：00	思いやり会館３階　☎(73)4363	10月10日(水)の午前９時から
６日(火)・14日(水)・20日(火)・28日(水) 13：00～16：00	尾西庁舎東館４階　☎(61)5511	

裁判中・弁護士依頼済み事件の相談は不可。同居家族・同一事業所は月１回まで。

ＮＰＯ・ボランティア相談は廃止になりました。